Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение

детский сад №15 (МКДОУ д/с № 15)

|  |  |
| --- | --- |
| ПРИНЯТОНа Педагогическом совете от 20.08.2024 годапротокол № 1Председатель Педагогического совета МКДОУ д/с № 15\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Ю.С.Евдокимова | УТВЕРЖДЕНОПриказ № 21 от 20.08.2024гЗаведующий МКДОУ д/с № 15\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Евдокимова Ю.С. |

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**

**«Юный футболист»**

для детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет)

со сроком освоения 2 года

Автор-составитель: Афонина Юлия Викторовна,

инструктор по физической культуре

Узловский район, 2024 г.

**1 раздел. Целевой**

1.1.Пояснительная записка …………………………………………………………………..3

1.1.1. Цели и задачи реализации программы ……………………………………………….5

1.1.2. Принципы и подходы к формированию программы …………………………….….5

1.1.3.Возрастные и индивидуальные особенности детей от 3 до 7 лет в области обучения физической культурой ……………………………………………………………………….6

1.2.Планируемые результаты как целевые ориентиры освоения воспитанниками программы …………………………………………………………………………………….7

**2 раздел. Содержательный**

2.1. Особенности организации образовательного процесса………………………………..8

2.2.Тематическое планирование образовательной деятельности ………………………….9

2.3. Методы и приёмы…………………………………………………..……………………18

2.4.Учебный план …………………………………………………………………………....19

2.5.Календарный учебный график …………………………………………………………..20

**3 раздел. Организационный**

3.1.Организационно – педагогические условия реализации Программы ………………...20

3.2.Материально - техническое и методические обеспечение Программы ……………...21

Приложение…………………………………………………………………………………...22

**РАЗДЕЛ. Целевой**

**1.1 Пояснительная записка**

Футбол - это одно из самых доступных, популярных и массовых средств физического развития и укрепления здоровья. Игра занимает ведущее место в общей системе физического воспитания и развития. Коллективный характер футбольной деятельности воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи; развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность. Каждый футболист может проявить свои личные качества: самостоятельность, инициативу, творчество. Вместе с тем игра требует подчинения личных стремлений интересам коллектива. В процессе игровой деятельности необходимо овладевать техникой и тактикой, развивать физические качества; преодолевать усталость; вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды; строго соблюдать бытовой и спортивный режим и т.д. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества.

**Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный футболист» (далее Программа) имеет **физкультурно-спортивную направленность.**

**Актуальность и педагогическая целесообразность**

На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей. И этот факт не может не волновать наше общество. Здоровье ребенка зависит от ряда факторов: биологических, экологических, социальных, гигиенических, а также от характера педагогических воздействий. Среди многообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и работоспособность растущего организма, двигательная активность – это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка. Дополнительная образовательная деятельность «Юный футболист» воспитывает командный дух, ведь каждый член команды знает, что общий результат зависит и от его действий. Данная Программа расширяет возможности физического развития двигательных способностей детей на основе спортивной игры – футбол, построена по принципу изучения, углубления и повторения объема знаний, умений и навыков. В футбольной команде есть специализация: кто-то подает, кто-то блокирует удар соперника, кто-то его принимает, кто-то подстраховывает, кто-то бьет сам. В то же время члены команды периодически меняются местами, то есть они должны уметь неплохо делать все перечисленное, быть взаимосвязанными. Ситуация в игре быстро меняется, значит, члены команды должны доверять друг другу и понимать товарища без слов, быстро принимать решения. Занятие предусматривает расширение индивидуального двигательного опыта ребенка, основанного на повышение интереса детей к занятиям физической культурой и спортом.

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

-Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

-Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»»;

-Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

-Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

- Устав муниципального казённого дошкольного образовательного учреждения детского сада № 15

**Отличительные особенности программы**

*Упражнения с мячом* при соответствующей организации их проведения и обучения благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка:

* создают условия для включения в работу основных физиологических систем организма, что важно для полноценного развития ребенка.
* развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах;
* укрепляют мышцы, удерживают позвоночник, способствуют выработке хорошей осанки;
* способствуют совершенствованию двигательной реакции детей, точности воспроизведения движений во времени и пространстве

*Общеукрепляющие, развивающие упражнения направлены на:*

* общее оздоровление организма;
* развитие ловкости.
* развитие ориентировки в пространстве;
* развитие скоростно-силовых качеств;

Еще одной важной отличительной чертой данной Программы является то, что занятия расширяют возможности эстетического воздействия на обучающихся, развивая стремление к физической красоте, к творческим проявлениям, к эстетически оправданному поведению. Сегодня красота футбола олицетворяется не только в демонстрации техники, в исполнительском мастерстве отдельных игроков, в эффективном завершении игровых эпизодов. Чувство прекрасного вызывают и сам процесс игры, его композиция, коллективизм и взаимодействия игроков.

**Адресат программы**

Программа «Юный футболист» предназначена для детей 5-7 лет.

Поскольку уровень Программы **ознакомительный,** то особых специфических навыков для освоения воспитанниками Программы не требуется.

* старшем дошкольном возрасте отмечаются высокие темпы роста тела в длину, увеличивается вес, мышечная масса. Напряженная мышечная работа предъявляет высокие требования к ресурсам систем дыхания и кровообращения и, так как сердце раньше, чем скелетные мышцы, достигает границ работоспособности, то именно пределы его функциональных возможностей определяют способность человека к работе большей мощности. Психофизическое развитие детей и способность мышления еще недостаточно развиты, поэтому развивая физические качества ребенка в начальном тренировочном периоде, следует обучение технике владения мячом и тактике игры проводятся при помощи упражнений, доступных для детей этого возраста.

Для воспитания игрового мышления необходимо широко используются подвижные игры на развитие быстроты сложной реакции, умение взаимодействовать с партнерами. Основное время отводится физической подготовке с использование доступных средств, с преимущественной направленностью на развитие быстроты, ловкости, гибкости. В начальной подготовке используются в основном комплексные тренировочные занятия.

**1.1.1.Цель и задачи реализации программы**

Целью Программы является развитие физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления детского организма посредством занятий футболом, популяризация футбола, а так же приобщение детей к систематическим занятиям спортом посредством овладения технических, тактических и практических навыков игры в футбол.

**Реализации этой цели будет способствовать решение следующих задач:**

***Обучающие:***

* знакомить с правилами игры в футбол;
* формировать навыки владения мячом;
* учить владению технико-тактическими навыками игры в футбол;
* знакомить с историей и достижениями российского и мирового футбола.

***Развивающие:***

* развивать координацию движений, основных физические качеств: силы, ловкости, быстроту реакции;
* создавать условия для самовыражения, самореализации;
* развивать волевые качества;
* способствовать развитию двигательных способностей посредством игры в футбол;
* формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга

***Воспитательные:***

Воспитывать умение работе в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели, сохраняя свою индивидуальность и формируя ситуацию успеха:

* формировать навыки дисциплины;
* воспитывать чувство самостоятельности,
* формировать мировоззрение, внутреннюю культуру личности.
* формировать здоровый образ жизни;
* воспитывать уважительное отношение к сопернику, толерантность;
* формировать и укреплять чувство патриотизма.

**1.1.2. Принципы и подходы к формированию программы**

*Принцип осознанности и активности –* направлен на воспитание у ребенка осмысленногоотношения к физическим упражнениям и подвижным играм, предполагает в ребенке высокую степень самостоятельности, инициативы и творчества в процессе обучения игре футбол.

*Принцип систематичности и последовательности -* проявляется во взаимосвязи знаний,умений и навыков игры в футбол. Система подготовительных и подводящих упражнений позволяет перейти к освоению нового движения и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала. Регулярность, планомерность, непрерывность в педагогическом процессе на протяжении всего периода обучения элементам игры футбол.

*Принцип постепенности –* предполагает преемственность ступеней обучения ребенка игрефутбол.

*Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей* –является фундаментом дляформирования знаний, умений, навыков, развития функциональных возможностей организма в процессе обучения игре футбол.

*Принцип всестороннего и гармоничного развития* -содействует развитию психофизическийспособностей, знаний, умений и навыков игры футбол.

*Принцип оздоровительной направленности* –решает задачи укрепления здоровья ребенка,направлен на всестороннее оздоровления организма, повышение его работоспособности, совершенствование психофизических качеств, поддержки эмоционально - положительного состояния, жизнерадостности.

**1.1.3.Возрастные и индивидуальные особенности детей от 5 до 7 лет в области обучения** **футболу**

**Возрастные характеристики воспитанников**

На 5-6 году жизни двигательный аппарат у детей достаточно развит для того, чтобы они могли демонстрировать точные и скоординированные движения с учетом возникающих условий и ситуаций, заинтересованы в качестве выполнения движений, проявляют волю и прикладывают усилия, когда необходимо выполнить трудное задание.

* 6-7 лет старшие дошкольники способны осознанно совершать отдельные движения разными частями тела, тренируя ритмику, ловкость и грацию. Многие из них с удовольствием соревнуются в умениях со сверстниками, развивая дух соперничества.
* 6-7 лет мышечная система детей достигает определенного уровня зрелости, что позволяет показывать высокие показатели быстроты и активности в целом. Дети этого возраста хорошо справляются с теми заданиями, которые подразумевают комплексное задействование мышечных групп, например игры с мячом.

Активное развитие показателей силы и выносливости позволяет постепенно повышать уровень физической подготовки. Дети способны выдерживать определенные физические нагрузки, соблюдать правила игр, быть частью команды.

* + - старшем дошкольном возрасте отмечаются высокие темпы роста тела в длину, увеличивается вес, мышечная масса. Напряженная мышечная работа предъявляет высокие требования к ресурсам систем дыхания и кровообращения и, так как сердце раньше, чем скелетные мышцы, достигает границ работоспособности, то именно пределы его функциональных возможностей определяют способность человека к работе большей мощности. Психофизическое развитие детей и способность мышления еще недостаточно развиты, поэтому развивая физические качества ребенка в начальном тренировочном периоде, следует обучение технике владения мячом и тактике игры проводятся при помощи упражнений, доступных для детей этого возраста. Для воспитания игрового мышления необходимо широко используются подвижные игры на развитие быстроты сложной реакции, умение взаимодействовать с партнерами. Основное время отводится физической подготовке с использование доступных средств, с преимущественной направленностью на развитие быстроты, ловкости, гибкости. В начальной подготовке используются в основном комплексные тренировочные занятия.

**1.2.Планируемые результаты как целевые ориентиры освоения воспитанниками программы**

Первый год обучения (5-6 лет)

 К  концу года дети должны знать:

-          Спортивные игры с мячом.

-          Футбол, как вид спорта.

-          Основные термины футбола.

К концу года дети должны уметь:

-          Отбивать мяч левой и правой ногой.

-          Передавать мяч товарищу.

-          Вести мяч ногой по прямой, змейкой, с изменением направления.

-          Забивать мяч в ворота с места и в движении.

-          Играть в футбол по упрощѐнным правилам 2х2.

Второй год обучения (6-7 лет)

К  концу года дети должны знать:

-          Правила игры в футбол.

-          Футбольные термины

-          Простейшие схемы движения на поле с мячом.

-          Способы отбирания мяча и обманных движений.

К  концу года дети должны уметь:

-          Вести мяч по прямой, змейкой, с изменением направлением в быстром темпе

-          Владеть техникой удара по воротам правой и левой ногой, с места и в движении.

-          Уметь передавать мяч (пасовать) друг другу стоя на месте, и в движении.

-          Уметь действовать в команде, соблюдать правила игры.

-          Владеть способами отбора мяча, и владение обманными движениями при ведении мяча

-          Играть в футбол.

*Мониторинг физического развития детей:*

**Бег 10 метров (сек):** высокий– 2,1сек.;средний– 2,3сек.;низкий–2,5более сек.

**Бег 30 метров (сек):** высокий– 6,3сек.;средний–6,5;низкий– 7,0и более сек.

**Челночный бег 3х10м:** высокий–7,4сек.;средний– 7,6сек.;низкий–8,0и более секунд.

**Прыжок в длину с места:** высокий– 140см,средний– 120см,низкий–100и ниже.

**Бросок набивного мяча из-за головы стоя:** высокий– 300см;средний–260см;низкий–175и меньше см.

**Удар по неподвижному мячу:** высокий–из5ударов5попаданий,средний–из5ударов3попадания, низкий – из 5 ударов 2 и менее попаданий.

**Ведение мяча по прямой, змейкой, и с изменением направления:**

высокий – ведѐт мяч, не теряя его, средний – ведѐт мяч с минимальными потерями мяча, низкий – ведѐт мяч с частыми потерями.

**Удар по воротам:** высокий–из5ударов5попаданий,средний–из5ударов3попадания,низкий – из 5 попаданий 2 и менее попаданий.

**Передача мяча друг - другу:** высокий–из5передач5правильных по направлению партнѐра.,средний – из 5 передач 3 правильных, низкий – из 5 передач 2 и менее правильных.

Результатом реализации программы должна стать сформированная готовность ребѐнка овладением навыками игры в футбол, двигательными умениями и навыками, развитием двигательных и психических способностей.

**Формы подведения итогов реализации программы**

Подведение итогов по результатам освоения материала программы проводится в форме открытых мероприятий 2 раза в год, турниры по футболу.

2. **РАЗДЕЛ. Содержательный**

**Особенности организации образовательного процесса**

Содержание программы ориентировано на детей, не имеющих противопоказаний к занятиям физкультурой, с учѐтом желаний родителей.

Программа предусматривает групповые занятия с детьми. Состав групп 12-20 человек.

Каждое занятие состоит из трѐх частей:

*Подготовительная часть*:

* Общая и специальная разминка.

*Основная часть:*

-Техническая подготовка (техника передвижения и владения мячом).

-Тактическая подготовка.

*Заключительная часть.*

Вся работа по программе выстраивается с широким применением игровой деятельности,

т.к. двигательно-игровая деятельность ребенка считается основой его физического развития, обучения, оздоровления и воспитания.

Основные формы и методы

Структура занятия предусматривает три части: *подготовительную,* *основную и* *заключительную.*

Основной формой организации обучения и воспитания футболистов является тренировочное занятие. Оно строится в соответствии с дидактическими принципами и методическими закономерностями тренировочного процесса. К занятию предъявляются следующие основные требования:

-Воздействие тренировочного занятия должно быть всесторонним - воспитательным, оздоровительным и специальным.

-Содержание занятия должно отвечать конкретным задачам с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, уровня подготовленности и быть направлено на расширение круга знаний, умений и навыков.

–В процессе занятия нужно применять разнообразные средства и методы обучения и совершенствования, что обусловлено постоянным усложнением задач, динамикой сдвигов и адаптационными процессами.

-Каждое отдельное занятие должно иметь неразрывную связь с предшествующими и последующими занятиями.

* зависимости от цели и задач в подготовке футболистов используют комплексные и тематические занятия.

*Комплексные занятия* направлены на одновременное решение нескольких задач подготовки:физической, технической и тактической. В тренировке юных футболистов преимущественно применяют комплексные занятия.

*Тематические занятия* связаны с углубленным овладением одной из сторон подготовки:физической, технической или тактической.

Организационной формой и методической основой проведения занятий являются групповые и индивидуальные тренировочные занятия.

*Групповые занятия* проводятся с отдельной учебной группой или командой.Командныйхарактер игры в футбол предусматривает повышенное требование к взаимодействию между игроками, необходимость решения коллективных задач.

В связи с этим процесс обучения и воспитания более эффективен в групповых занятиях. Этому способствует индивидуализация заданий с учетом особенностей и подготовленности занимающихся.

* групповых занятиях занимающиеся выполняют задания при различных методах организации: фронтальном, в подгруппах, индивидуальном.
* При фронтальном методе предлагается одно и то же задание, которое выполняется всеми одновременно. В подгруппах (например, защитников и нападающих) занимающиеся получают отдельные задания. При индивидуальном методе отдельные футболисты получают самостоятельные задания (например, вратарь).
* Организация занятий фронтальным методом используется преимущественно в процессе обучения, так как позволяет более полно контролировать и корректировать деятельность занимающихся. При этом, однако, затрудняется индивидуальный подход.
* При тренировке в подгруппах и самостоятельно ограничены возможности контроля, но более эффективна индивидуализация.

**2.2. Тематическое планирование образовательной деятельности**

Тематический план (первый год обучения)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Период | Тема занятия | Содержание | КоличествоЗанятий |
|
|
| Сентябрь | Вводное занятие. | Техника безопасности на занятияхТеория: Беседа о правилах безопасности на занятиях с мячом | 1 |
|
| Сентябрь  | Знакомство с игрой«Футбол» | **Теория**:Беседа на тему«Футбол–одна изсамых популярных и любимых игр в мире»,**Практика:** ведение мяча по прямой(змейкой),удары по воротам, игра в футбол. | 1 |
|
|
| Сентябрь | Учимся играть вФутбол | **Теория**:Беседа:учимся играть в футбол(о техникеигры в футбол) Знакомство с техникой владениямяча (перемещение, ведение, удар, остановка,отбор). Основные термины футбола.**Практика**:Ведение мяча по прямой и сизменением направления движения.с изменением направления движения Пробная игра в футбол. | 1 |
|
|
|
|
|
|
|
|
| Сентябрь | Передача мяча,Остановка мяча. | **Практика**:Ведение мяча по прямой,змейкой,иускорением). Передача мяча парами внутреннейстороной стопы друг другу.Остановка мяча подошвой после передачипартнѐра. | 1 |
|
|
|
|
| Октябрь | Удар по мячу | **Теория**:Беседа о правилах игры в футбол**Практика**:Удар внутренней стороной стопыпо неподвижному мячу. Передача мяча другдругу. | 1 |
|
|
|
|
| Октябрь | Удар по мячу,передача мяча вдвижении | **Практика**:Удар по мячу внутреннейстороной стопы в движении друг другу. | 1 |
| Октябрь | Ведение мяча. | **Практика**:Ведение мяча правой и левойногой в движении, с изменениемнаправления. | 1 |
| Октябрь | Ведение мяча сизменениемнаправления, играв «стенку» | **Практика**:Ведение мяча по прямой правой илевой ногой. Ведение мяча между ориентирамина скорость.**Игр**. **упр**. «Кто больше отобьет»-удар мяча остену и обратно.П/и «Блуждающий мяч». «У ребят порядокстрогий».М/п игра «Запомни и замри». | 1 |
| Ноябрь | Ведение мяча с изменениемнаправления,скоростноеведение | ***Практика:*** Ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях.Ведение мяча в прямом направлении наскорость.***Игр. упр.*** «Кто больше отобьет» - удар мяча остену и обратно. | 1 |
| Ноябрь | Ведение с изменением направления, передача мяча | **Практика**:Удары по воротам.Ведение мячавокруг обруча правой и левой ногой в разныхнаправлениях.Передача мяча ногой по кругу.**Игр**. **упр**.«Вокруг света» «Не выпускать мяч изкруга».**П/и**.«Меткий стрелок».Игра в футбол. | 1 |
| Ноябрь | Передача мяча,Ведение | **Практика**:Передача мяча партнеру.Ведениемяча между ориентирами.**Игр. упр**.«Футбол вдвоем», «Ловкие ребята».**П/и** «Шишки,желуди,орехи».Игра в футбол. | 1 |
| Ноябрь | Техникавладения мячом | **Практика**:Техника владения мячом(перекатымяча на месте). Метание набивного мяча отгруди двумя руками.**Игр. упр**.«Серпантин»,«Передал - садись» - броски и ловля мяча.**П/ и**. **М/п** игра«Летает-не летает». | 1 |
| Декабрь | Техникавладения мячом | **Теория**:Повторение основных терминов вфутболе.**Практика:** Техника владения мячом(перекаты мяча в движении). Передача мячадруг другу, стоя на месте.**Игр. упр.** «Светофор» (во время выполнениябега по кругу на красный цвет принять стойкубаскетболиста), «Три мяча».**П/ и.:** «Волк и олени».Игра в футбол. | 1 |
| Декабрь | ТехникаПередвижения | **Практика**:Передвижение приставными шагами(правым/левым боком, вперед/назад)**Игр. упр.** «Найди свой цвет», «Туннель»-прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай– падать не давай» - перебрасывание мяча другдругу в быстром темпе, «Меткий стрелок» -попадание мячом в обруч.П/и.: «Стой!». Игра в футбол | 1 |
| Декабрь | Ведение мячавокруг себя,подъем мяча | **Практика**:Ведение мяча вокруг себя правой,левой ногой. Подъем мяча.**Игр. упр**. «Туннель»-прокатывание мячамежду ног. «Лови, бросай – падать не давай» -перебрасывание мяча друг другу в быстромтемпе.**П/и** «За мячом».**М/п игра** «Будь внимателен». | 2 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Январь | Ведение споследующимударом по воротам | **Практика**:Ведение мяча правой,левойногой с последующим ударом по воротам.Удар мяча в цель.**Игр. упр**.«Найди свой цвет», «Будь ловким»- ведение мяча с препятствиями (веревочка),«Попади в ворота» -удар мяча в воротаразными способами, с разных точек.**П/и**.Игра в футбол | 2 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Январь | Челночный бег | **Практика**:Челночный бег.Ведение мяча-челнок.**Игр. упр**.«Вышло солнце из-за речки», «Покочкам» (прыжки), «Дойди – не урони» -ведение мяча в средней и высокой стойке дочерты.**П/и**.:«Успей поймать!».**М/п** игра«Ухо-лоб-нос». | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Январь | РазвитиеРавновесия | **Теория**:Беседа о способах отбора мяча иобманных движениях.**Практика**:Передача мяча двумя руками отгруди в парах. Прыжки на одной ноге спродвижением вперед, мяч за головой. Ходьба погимнастической скамейке с перешагиваниемчерез набивные мячи.**Игр. упр**.«Горячая картошка». | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Февраль | Передача,развитиеравновесия | **Практика**:Передача мяча.Подскоки спродвижением вперед, мяч за головой. Ходьбапо гимнастической скамейке с перешагиваниемчерез набивные мячи.**Игр. упр.** «Колобок».**П/игра** «У кого меньше мячей».Игра в футбол. | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Февраль | Прыжки из стороныв сторону, подъеммяча | **Практика**:Прыжки на двух ногах вдоль каната,перепрыгивая, его справа и слева.**Игр. упр.** «Головой удерживая мяч».Перебрасывание мяча друг другу через шнур.**П/и.:** «Охотники и звери».**М/п игра** «У кого мяч». | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Февраль | Передача мяча втройках, прыжки | **Практика**:Передача мяча в тройках.Закреплять умение прыгать на двух ногахвдоль каната, перепрыгивая, его справа ислева.**Игр. упр**.«Головой удерживая мяч».**П/и**.«Поймай мяч».Игра в футбол. | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Февраль | Умей нападать, умейзащищаться,упрощенная игра | **Теория**:Беседа:умей нападать,умейзащищаться.**Практика**:Турнир по упрощенной игре2на2,3на3 | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Март | Ознакомление собманнымидвижениями | **Практика**:Ознакомление с обманнымидвижениями. Бросание мяча друг другу и ловляего после отскока от пола.**П/игры** «Не урони мяч», «Мы веселые ребята-смячом». Игра в футбол | 2 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Март | Ведение собманнымидвижениями | **Практика**:Ведение мяча с обманнымидвижениями. Передача мяча в парах. Эстафета«Тачка» – один из игроков, передвигаясь наруках,толкает перед собой мяч, другойудерживает его ноги.П/игра «Отбивка оленей».М/п игра «Жучок на спине» – формированиеправильной осанки | 2 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Апрель | Ведение с ударом | **Практика**:Ведение с ударом по воротам.Эстафета «Тачка» - один из игроков,передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч,другой удерживает его ноги.**П/игра** «Кого назвали–тот и ловит мяч».Игра в футбол. | 2 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Апрель | Ведениес дальнейшейпередачей мячапартнеру | **Практика**:Ведение и передача.Бросание мячадруг другу и ловля его после отскока от пола.**П/игры** «Не урони мяч», «Мы веселые ребята–с мячом». Игра в футбол. | 2 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Апрель | Ведение мячавосьмеркой,передача мяча покругу | **Практика**:Ведение мяча вокруг обручаправой и левой ногой в разныхнаправлениях. Передача мяча ногой покругу. Удары по воротам.**Игр. упр**. «Вокруг света»-ведение мяча вокругобруча правой и левой ногой в разныхнаправлениях,«Не выпускать мяч из круга»,«Забей в ворота».**П/и**.«Белые медведи».Игра в футбол | 2 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Май | Техникапередвижения,передача мяча | **Практика**:Бег по прямой и спиной вперед.Передача мяча партнеру. Ведение мяча междуориентирами**.****Игр. упр**. «Обратный поезд»-бег прямой испиной вперед, «Футбол вдвоем» - игра впарах:приемы мяча– игровая задача – не потерятьмяч, ведение мяча с передачи.**П/и** «Мяч и веревка». | 2 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Май | Итоговое занятие | ***Практика:*** Ведение мяча змейкой – 10 м, нетеряя мяча (Ведение мяча осуществляетсяпоследовательными толчками, внешней иливнутренней стороной стопы, поочередно топравой, то левой ногой);***Удар по воротам*** – (расстояние 4м, размеры ворот –1 х 2 м). Скоростные и силовые упражнения | 1 |  |

Тематический план (второй год обучения)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Период | Тема занятия | Содержание | Количествозанятий |  |
|  |
| Сентябрь | Вводное занятие | Техника безопасности на занятияхТеория: Беседа о правилах безопасности на занятиях с мячом | 1 |  |
| Сентябрь | Простейшиеправила игры | **Теория:** Беседа:правила игры.Вспомнить основные элементы техники игры.**Практика:** Игра в футбол. | 1 |  |
|  |
|  |
| Сентябрь | Ведение мяча | **Теория:** Футбольные термины.**Практика:** Ведение мяча по прямой,змейкой вбыстром темпе.**Игр. упр.:** «Подскок», «Толкни–поймай».П/и. Игра в футбол. | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Сентябрь | Школа мяча | **Практика:** Перебрасывание мяча друг другустоя способ из-за головы. Метание малого мяча ввертикальную цель, в броске мяча вверх и ловлеего двумя руками.**Игр. упр.** «Головой удерживая мяч», «Подскок»,«Мяч в обруч».**П/и.:** «Колобок».Игра в футбол. | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Октябрь | Школа мяча | **Практика:** Бросание мяча друг другу вперед-вверх от головы двумя руками в приседе.Отбивание мяча об стенку с хлопком.**Игр. упр.:** «Отбивалки».**П/и.:** «Летучий мяч».Игра в футбол. | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Октябрь | Школа мяча,скоростноеведение попрямой | **Практика:** Перебрасывание мяча друг другу стояс отскоком мяча от пола. Бросок мяча двумяруками от груди в стену и ловля его партнером,стоящим сзади. Ведение мяча по прямой.**Игр. упр**.:«Не задень предмет», «Быстро замячом».**П/и.:** «Защита крепости».Игра в футбол. | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Октябрь | Школа мяча.Ведение состановкой иизменениемскорости | **Практика:** Перебрасывание мяча друг другустоя на коленях, спиной друг к другу. Ведениемяча с остановкой и изменением скорости.**Игр. упр.:** «Переноска мячей».**П/и:** «Играй,играй,мяч не теряй».**М/п игра** «Повтори-ка». | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Октябрь | Школа мяча,скоростноеведение сизменениемнаправления | **Практика:** Перебрасывание мяча друг другу схлопком, поворотом. Метание в цель из исходногоположения, стоя на коленях.Ведение с изменением направления**Игр. упр.:** «Передал-садись».**П/и.:** «Успей поймать».Игра в футбол. | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Ноябрь | Техникапередвижения,скоростное ведение | **Теория:** Футбол,как один из популярных видовспорта.**Практика:** Удары по неподвижному мячу правойи левой ногой с разбега. Ведение мяча сизменением направления. Бег через набивныемячи.**Игр. упр.** «Ловкие ребята»-ведение мяча попрямой, «Не выпускай мяч из круга» - детибыстро предают мяч ногой по кругу.**П/и.** «Пустое место» (пятнашки с вызовом).Игра в футбол. | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Ноябрь | Ведение мяча,удары понеподвижномумячу | **Практика:** Ведение мяча между ориентирами.Удары по неподвижному мячу.**Игр. упр.** «Подвижная цель»-дети быстропередают мяч ногой, стараясь попасть вводящего, «Чей мяч дальше?».**П/и**.«Разноцветный мячик». | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Ноябрь | Техникапередвижения,передача мяча | **Практика:** Бег по прямой и спиной вперед.Передача мяча партнеру. Ведение мяча междуориентирами.**Игр. упр.** «Обратный поезд»-бег прямой и спинойвперед, «Футбол вдвоем» - игра в парах:приемымяча – игровая задача – не потерять мяч,**П/и** «Мяч и веревка».ведение мяча с передачи.**М/п игра** «Будь внимательным». | 1 |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Ноябрь | Передача мяча вдвижении, ударыпо катящемуся мячу | **Практика:** Передача мяча друг другу вдвижении.Удары по воротам; удар мяча о стену иобратно.**Игр.упр.** «Точный удар», «Кто больше отобьет».**П/и**.«Пятнашки».Игра в футбол | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Декабрь | Ведение мячавосьмеркой,кругу | **Практика:** Ведение мяча вокруг обруча правой илевой ногой в разных направлениях. Передача мячаногой по кругу. Удары по воротам.**Игр. упр.** «Вокруг света»-ведение мяча вокругобруча правой и левой ногой в разных«Забей в ворота».**П/и.** «Белые медведи».Игра в футбол | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Декабрь | Ведение мячавосьмеркой,передачи мяча | **Практика:** Ведение мяча вокруг обруча правой илевой ногой в разных направлениях. Ведениемяча парами. Передача мяча ногой по кругу.**Игр. упр**.«Ведение мяча парами», «Забей вворота».**П/и.** «Мяч с топотом».Игра в футбол. | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Декабрь | Игра в футбол | **Практика:** Игр.упр. «С двумя мячами»,Игра в футбол. | 2 |  |
|  |
| Январь | Перебрасывание мяча | **Практика:** Перебрасывание мяча из одной руки вдругую. Отбивание мяча на месте.Подбрасывание мяча и ловля его двумя руками.Прокатывание мяча вперед головой.**Игр. Упр.** «Передал–садись»- броски и ловля мяча,«Светофор» - во время выполнения бега по кругу накрасный цвет принять стойку баскетболиста.П\и «Салки с мячом» | 2 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Январь | Перебрасывание мячаВедение собманнымидвижениями | **Практика:** Ходьба с подбрасыванием мяча иловлей его двумя руками. Ведение мяча собманными движениями.**Игр. Упр.** «Туннель»-прокатывание мяча междуног, «Лови, бросай – падать не давай» -перебрасывание мяча друг другу в быстромтемпе.**П/и** «За мячом».**М/п игра** «Будь внимателен». | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Январь | Перебрасывание мяча | **Практика:** Ходьба по гимнастической скамейке сотбиванием мяча обеими руками. Бросаниемяча и ловля его двумя руками.**Игр. Упр.** «Три мяча»-поочередно переносить мячииз обруча в обруч – по три мяча, «Туннель»-прокатывание мяча между ног, «Лови, бросай –падать недавай» - перебрасывание мяча другдругу в быстром темпе, «Меткий стрелок» -попадание мячом в обруч.**П/и**.«Охотники и утки».Игра в футбол. | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Февраль | Передача мяча впарах, открывание движении,открывание. | **Теория:** Повтор футбольных терминов.**Практика:** Передача мяча друг другу вбыстромтемпе. Открывание.**Игр.упр.** «Лови,бросай–падать не давай»,«Туннель» -прокатывание мяча между ног,«Меткий стрелок».**П/и.** «Займи свободный кружок».Ведение мяча. Передача мяча друг другу спередвижением по площадке парами(открывание).Игра в футбол. | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Февраль | Ведение споследующимударом вПередача мяча втройках, развитиеравновесия | **Практика:** Ведение с последующим ударом вцель,с разных участков поля.Игра в футбол.Одной ноге с продвижением вперед, мяч за головой.Ходьба по гимнастической скамейке сперешагиванием через набивные мячи.**Игр. Упр.** «Кто быстрее?».**П/игра** «Пустое место».**М/п игра** «Мяч по кругу». | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Февраль | Развитие силы и ловкости | **Практика:** Эстафета«Тачка»-один из игроков,передвигаясь на руках, толкает перед собой мяч,другой удерживает его ноги.Игра в футбол.**М/п игра** «Кузнечик» –формированиеправильной осанки. | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Февраль | Элементы игрыв футбол | **Практика:** Бросание мяча друг другу и ловля егопосле отскока от. Игра в зайчика 3х1.**П/игры** «Не урони мяч». «Мы веселые ребята – смячом». Игра в футбол**М/п игра** «Сделай фигуру». | 1 |
| Март | Как достичьположительногорезультата? | **Теория:** Беседа: как достичь положительногорезультата?***Практика:*** Игра по упрощенным правилам 3 на 3 | 1 |
| Март | Развитиекоординации,техникавладения мячом | ***Практика****:* Бег по координационной лесенке.Футбольное путешествие.**П/и.** «Пятнашки с мячом», «Беспокойный мяч».***М/п игра*** «Вызов по имени». | 2 |
| Март | Развитиеравновесия,техникаВладения мячом | ***Практика:*** Ходьба по гимнастической скамье сперекладыванием малого мяча перед собойиз правой руки в левую. Отбивание мяча отстены и ловля его двумя руками.Футбольное путешествие. | 1 |
| АпрельАпрель  | Развитиеравновесия,техникаВладения мячом | ***Практика:*** Ходьба по гимнастической скамье сперекладыванием малого мяча перед собойиз правой руки в левую. Отбивание мяча отстены и ловля его двумя руками.Футбольное путешествие. | 2 |
| Апрель | Игра | Теория: Спорт-это здоровьеПрактика: Игра по упрощенным правилам 1 на1, 2 на 2, 3 на 3 | 22222 |
| Май | Игра | ***Теория***: Футбольные термины.***Практика:*** Игра по упрощенным правилам 4 на 4 | 2222 |
| Май | Правила игры | ***Теория:*** Закрепление правил игры в футбол***Практика:*** Игр. упр.: «Вышло солнце из-заречки» - бег врассыпную, быстро построитьсявозле своего обруча. «Попади в корзину» -бросок мяча в корзину разными способами, сразных точек.***П/и.*** «Гонка мячей», «У когоменьше мячей»,«Займи свободный кружок».***М/п игра*** «Ручеек с мячом». | 1 |
| МайМай | Итоговое«Волшебныемячи» | ***Показательный матч игры в футбол*** | 11 |

**2.3. Методы и прёмы:**

*Повторный метод* -заключается в многократном выполнении упражнений при сохранениисодержания, величины, характера нагрузки (например, выполнение бросков мяча с одного и того же места определенным способом).

*Интервальный метод* -предполагает многократное повторение упражнения при строгойрегламентации его продолжительности и пауз отдыха между повторениями.

*Вариативный метод* -предполагает выполнение одного и того же упражнения с мячамиразного веса и в разных условиях (облегченных, нормальных и усложненных).

*Метод сопряженных взаимодействий* -основан на взаимосвязи развития физических качеств исовершенствования двигательных навыков. Для этого используются специальные упражнения (в частности, с набивными мячами), направленные на развитие необходимых двигательных качеств при условии их динамического соответствия биомеханическим особенностям разучиваемых на занятии двигательных действий (элементов и частей техники конкретного двигательного действия).

*Игровой метод* -характеризуется постоянным или внезапным изменением игровых ситуацийпри наличии определенного сюжета и конечной цели. Он может использоваться для избирательного воздействия на отдельные физические способности занимающихся и комплексного совершенствования их двигательной активности.

*Соревновательный метод* -это специально организованные состязания с использованиеммячей (малых, больших, набивных), в которых создаются условия для индивидуальной и командной борьбы. Этот метод может применяться при воспитании физических качеств, совершенствовании технических приемов, для стимулирования интереса и активизации занимающихся. При использовании этого метода у занимающихся происходят самые высокие сдвиги в деятельности систем и функций организма.

*Метод круговой тренировки* -предусматривает выполнение серии упражнений(например,снабивными мячами) на специально подготовленных местах («станциях»). Состав упражнений подбирается с расчетом разностороннего воздействия на различные мышечные группы и физические способности занимающихся.

**Техническая подготовка:**

*Техника передвижения:* различные виды бега(«змейкой»;беге изменением темпа по команде(ускорение, замедление); спиной вперед; со сменой направляющего; в колонне по одному с перестроением в пары по сигналу; догоняя впереди бегущего; выполняя задания воспитателя; с препятствиями; в чередовании с другими движениями; обегая предметы и т.п.); различные виды прыжков, подскоки, ходьба в сочетании с бегом, бег с изменением направления, бег с изменением скорости, бег приставными шагами, бег спиной вперед, бег

* высоким подниманием бедра, бег челночный, защитная стойка, прыжки на одной и на двух ногах, прыжки вперед, назад и в стороны *Техника владения мячом и с основные способы их* *выполнения:* дар по неподвижному и движущемуся мячу правой и левой ногой внутреннейстороной стопы, внутренней и средней частями подъема) по воротам, в стену с расстояния от 2 до 4 м; остановка мяча ногой (внутренней стороной стопы, подошвой) катящегося на встречу; ведение мяча (средней и внешней частью подъема) только правой или только левой ногой по - прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнеров; обманные движения
* места – движение влево, с уходом вправо и наоборот; отбор мяча (отбивание ногой в выпаде); вбрасывание мяча руками из-за боковой линии с места из положения ноги вместе, параллельного расположения ступней ног на дальность, и в коридор шириной 2м.

*Упражнения для развития умения видеть поле:* ведение мяча в произвольном направлении наограниченной площади с одновременным наблюдением за партнерами, чтобы не столкнуться друг с другом.

Тактическая подготовка:

*«Открывание»:* передачи,ведение и обводка,удары по воротам,обманные движения

**Теоретическая подготовка:**

1. Футбол – одна из самых популярных и любимых игр в мире
2. Учимся играть в футбол
3. Умейте нападать, умейте защищать
4. Простейшие правила игры
5. Как избежать травматизма
6. Как достичь положительного результата Методические материалы

**2.4. Учебный план по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Юный футболист»**

**Учебный план** является нормативным актом, устанавливающим объѐм учебного времени,отводимого на проведение образовательной деятельности, что гарантирует ребенку получение комплекса дополнительных образовательных услуг.

Учебный план оказания дополнительных образовательных услуг разработан с учетом требований нормативно-правовых документов:

* Федеральным законом «Об образовании» №273-ФЗ от 29.12.2012г.
* Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».
* Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Зарегистрирован 18.12.2020 № 61573)
* Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
* Устава Детского сада утверждѐнного приказом начальника ОМС «Управление образования» от 28.01.2016 №67;

Дополнительные занятия в зависимости от возраста детей проводятся:

1. от 5 лет до 6 лет - 1 раза в неделю продолжительностью не более 25 минут;

2) от 6 лет до 7 лет - 1 раза в неделю продолжительностью не более 30 минут.

Структура учебного плана включает специальные занятия дополнительного образования, перечень которых формируется на основе анализа запросов родителей (законных представителей) детей.

Дополнительная общеразвивающая программа реализуется в течение всего учебного года. Учебный год начинается с 1 сентября и заканчивается 31 мая. Детский сад работает в режиме пятидневной рабочей недели.

Занятия проводятся во второй половине дня 1 раза в неделю, время проведения занятий: 15.45-16.10 и 16.15 – 16.45.

**2.5. Календарный учебный график**

**Календарный учебный график** -составная часть дополнительной общеобразовательной общеразвивающейпрограммы для каждой группы, определяет количество учебных недель и количество учебных дней, продолжительность каникул, даты начала и окончания учебных периодов/этапов.

**Календарный учебный график по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этап образовательногопроцесса | Старшая группа(5 – 6 лет) | Подготовительная к школегруппа (6 – 7 лет) |
| Начало учебного года | 1 сентября года |
| Окончание учебного года |  31 мая |
| Продолжительность учебнойнедели | 5 дней (понедельник-пятница) |
| Продолжительность учебногогода |  48 недель |
| Продолжительность занятий | 25 минут | 30 минут |
| Количество занятий в неделю | 1 | 1 |
| Продолжительность перерывамежду занятиями | 5 минут |
| Мониторинг | Первые две недели сентября, первые две недели мая |
|  |  |

Режим работы: 1 день в течение рабочей недели.

Нерабочие дни: суббота, воскресенье и праздничные дни, установленные законодательством РФ.

1. **РАЗДЕЛ. Организационный**

**3.1. Организационно-педагогические условия реализации Программы**

При работе с детьми дошкольного возраста определены необходимые условия:

* профессиональная компетентность преподавателя – специальное образование, знание детской физиологии и психологии дошкольного возраста;
* наличие материально-технической базы.

Форма одежды: футболка (майка), спортивные шорты, носки, кеды.

Форма организации учебного процесса: групповая Планируемый срок обучения – 2 года, начиная с 5-ти лет.

Группы комплектуется с учетом желания родителей и детей, медицинских показаний.

Занятия проходят один раза в неделю длительность от 25 до 30 минут, во второй половине дня, согласно расписанию, утвержденному заведующим Учреждения.

Место проведения занятий – музыкально- физкультурный зал с естественной и искусственной вентиляцией, с естественным и искусственным освещением.

**3.2. Материально-техническое и методическое обеспечение программы**

* + Конусы 8-10 шт.
	+ Скамейка -2 шт.
	+ Маты – 2 шт.
	+ Фишки 10 шт.
	+ Футбольные мячи на каждого ребенка Секундомер 1 шт.
	+ Свисток 1 шт.
	+ Демонстрационные учебные пособия
	+ Таблицы по технике игры в футбол
	+ Карточки «Подвижные игры с мячом»

**Список используемой литературы:**

1. Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной к школе группе»
2. Голомазов С.В «Футбол: теоретические основы тренировки ловли и отражения мяча вратарями» -М.: ТВТ Дивизион,2006г.
3. Джон Джармен «Футбол для юных»
4. Николаев Д.С., Шальнов В.А. «Начальное обучение мини-футболу»
5. Крисфилд Д. В. Футбол / Д. В. Крисфилд. - М.: АСТ; Астрель, 2006. -296 с.
6. Максимеико И.Г. Планирование и контроль тренировочного процесса в спортивных играх. - Луганск: Знание, 2000. - 276 с.
7. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол–игра для всех - М. Советский спорт, 2008. - 264 стр.
8. Николаева Н.И. «Школа мяча» -издательство «Детство-пресс», 2012г.
9. Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду»
10. Тюленьков С.Ю., Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки. - М.: Терра- Спорт, 2000. - 86 стр. (Библиотечка тренера)
11. Юный футболист: Учеб. пособие для тренера / [А. М. Акимов, А. И. Шамардин, Ю. М. Арестов и др.]; Под общ. ред. А. П. Лаптева, А. А. Сучилина. - Москва : Физкультура и спорт, 1983. - 255 с.;

Приложение

**Беседы с детьми для знакомства с игрой «Футбол»**

**Беседа: Футбол – одна из самых популярных и любимых игр в мире**

* Ребята, сегодня мы поговорим об одной очень увлекательной игре, а о какой – попробуйте отгадать!

Знаю я секрет один:

Есть волшебный витамин. Не едят его, не пьют, А кидают, и бросают, И ногами сильно бьют. Что это за витамин? В какой игре его бьют ногами? Правильно: футбольный мяч! Вот он, какой пестрый и красивый!

Футбол – самая древняя игра. Название этой игры происходит от двух английских слов: «фут» – ступня и «бол» – мяч, т. е. в этой игре по мячу бьют ногой.

В отличие от всех других видов спорта, футбол – самый консервативный. Правила игры за 200 лет почти не изменились. В них не было двух очень существенных положений, без которых современный футбол не мыслим: 11-ти метрового штрафного удара, называемого пенальти, и судьи в поле. В прежние времена он руководил действиями футболистов с трибуны.

А какие футбольные клубы в нашей стране вы знаете? Кто из наших футболистов известен всему миру? Да, это наш вратарь Лев Яшин.

В футбол любят играть не только мальчики, но и девочки. Сейчас во многих городах появляются женские футбольные команды. Взлетит и упадет на землю мяч. И снова взлетит… Статистика утверждает, что в любую секунду дня на земном шаре в воздухе одновременно находятся пятьдесят таких мячей. И один из них ваш.

**Беседа: Учимся играть в футбол (о технике игры в футбол)**

-Ребята, вы смотрели по телевизору футбольный матч вместе с папой? Вы видели, сколько болельщиков на трибунах?

И снова мы спешим на стадион И никуда от этого не деться.

 Кто магией футбола увлечен Того не покидает детство.

А почему футбол привлекает столько зрителей? Да потому, что футболисты, как артисты, демонстрируют свои таланты, соревнуются в умении вести мяч, бить по нему.

Хотите поиграть? Начертите на асфальте большой круг. Возьмите мяч. А теперь постарайтесь ногой вести мяч по кругу, не сходя с линии. Мяч укатился далеко за круг? Не расстраивайтесь: у вас все впереди. Если хотите стать футболистами, вы должны научиться управлять мячом, а не мяч должен управлять вами. Помогут вам мои советы.

*Перемещение игрока.* Играя в футбол,вы должны уметь выполнять перемещения в видеходьбы, медленного бега, бегать лицом и спиной вперед, приставными и скрестными шагами в сторону, прыгать, владеть своим телом, внезапно останавливаться и поворачиваться во время бега и на месте.

*Удары по мячу.* Ударами забивают мяч в ворота соперника,ударами же передают мячпартнеру, ведут мяч.

Футболисты применяют удары по мячу ногой и головой (в старшем возрасте).

*Удар внутренней стороной стопы* –самый точный из всех ударов.При ударе с места надонаклонить туловище над мячом, ногу отвести для замаха назад и затем внутренней стороной стопы ударить по мячу. Такой удар можно выполнить и с разбега. Чем ниже к мячу будет приложена сила удара, тем круче вверх он поднимется, и наоборот.

Если выполняется *удар подъемом ноги*, то по мячу можно ударить серединой, внутренней и внешней частью подъема.

*Удар серединой подъема* отличается большой скоростью полета мяча.Он выполняется сразбега. Опорная нога ставится сбоку от мяча. У бьющей ноги носок оттянут. При ударе опорная нога приподнимается на носок, чтобы бьющая нога не задела носком землю.

*Для удара внешней частью подъема* нужно в момент замаха повернуть бьющую ногу носкомвнутрь.

*Удар внутренней частью подъема* –самый распространенный.Он выполняется так же,как исерединой подъема. Но в последний перед ударом момент надо развернуть носок ноги.

Удары могут выполняться по неподвижному мячу, катящемуся, летящему и отскочившему от земли мячу. Удар по движущемуся мячу выполнить труднее, чем по неподвижному, потому что

* этом случае нужно согласовывать свои движения с движениями мяча во времени и расстоянию.

*Остановка катящегося мяча* дает возможность игроку овладеть им и продолжать дальнейшееигровое действие: передачу, ведение мяча, удар по воротам.

Самое главное при остановке мяча – чтобы он не отскочил от ноги игрока.

При остановке катящегося мяча внутренней стороной стопы тяжесть тела приходится на опорную ногу. Останавливающая нога выносится немного вперед и при соприкосновении с мячом делает отступающее движение назад до уровня опорной. Скорость мяча гасится, и он останавливается.

*Остановка катящегося мяча подошвой*.Принимающая нога,согнутая в колене,выноситсянавстречу мячу. Носок приподнят, пятка находится над землей на расстоянии 5 – 10 см от нее. При соприкосновении с мячом принимающая нога выполняет отступающее движение назад и гасит скорость мяча. Остановить опускающийся мяч можно подошвой и внутренней стороной стопы.

*Ведение мяча*.Вести мяч можно как бегом,так и шагом,ударяя его одной ногой илипоочередно: то правой, то левой. При ведении мяча по прямой линии наиболее удобно наносить удары внешней частью подъема стопы, а по кривой – внутренней частью подъема.

Чтобы *отобрать мяч*, нужно угадать намерение соперника, владеющего мячом, и послать ногу навстречу мячу. При этом старайтесь не толкнуть соперника, не ударить его по ноге. *Вбрасывание мяча*.Если во время игры мяч ушел за линию поля,то выполняется вбрасываниемяча из-за боковой линии: взять мяч обеими руками; пальцы расставлены, ноги

– в положении небольшого шага или параллельно; поднять мяч вверх, слегка прогнуться назад и потом быстро бросить его своему игроку, выпрямляя руки.

**Беседа: Умейте нападать, умейте защищать! (техника игры в футбол)**

-Вы уже многому научились из того, что должен уметь настоящий футболист. Попробуем поиграть! В игре вы можете быть как нападающим, так и защитником. Мяч у тебя или у игрока из твоей команды. Вы нападаете на ворота соперника. В этом случае, вы – нападающие. Ваша команда забьет гол в ворота, если вы будете *разыгрывать мяч*, т.е. передавать его друг другу, приближаясь к воротам соперника. Ура! Гол! Все получилось. Вы – настоящая команда. Теперь мяч переходит к команде, которой вы забили гол. Задача вашей команды – защищать свои ворота, чтобы вам не забили гол. Теперь ты и твоя команда – защитники. Попробуй отобрать мяч, не толкнув соперника.

Если заметил, что мяч летит или катится к игроку – сопернику, который находится недалеко от тебя, попытайся перехватить, отобрать мяч, защитить свои ворота.

Твои ворота и ворота соперника защищает вратарь. Это очень важный игрок в команде. Кроме владения основными приемами полевых игроков, он должен уметь ловить, отбивать, вводить мяч в игру.

При ловле высоко летящего мяча в прыжке вратарь одновременно с прыжком поднимает вверх прямые руки с широко расставленными пальцами. Когда мяч коснется пальцев рук, вратарь обхватывает его и прижимает к груди.

Если мяч катится по земле на вратаря, то он должен согнуть ноги, наклониться и ловить мяч прямыми руками с обращенными вперед ладонями.

Отбивают мяч в тех случаях, когда при попытке поймать его можно допустить ошибку.

Отбивать лучше двумя кулаками, но, если это неудобно, можно и одним.

Ввести мяч в игру можно броском: руками вверх, сбоку, снизу, а также ударом ноги. В ваши ворота забили гол. Поддержи вратаря, скажи ему что-нибудь ободряющее, чтобы он не пал духом. Вы – одна команда! Вам так нравится эта удивительная игра –футбол!

**Беседа: Простейшие правила игры**

каждой спортивной игры, будь то баскетбол, волейбол, теннис, бадминтон и др., есть свои правила. В футболе тоже есть правила, которые нужно знать.

Цель команды в игре – забить как можно больше мячей. Команда, которая забила больше мячей, считается победившей. Если не забито ни одного мяча или обе команды забили одинаковое число мячей, то игра закончена вничью. В команде может играть по 5 – 8 человек и несколько запасных игроков, которые могут заменить кого-либо из основного состава в случае травмы. Одного из игроков команды, самого меткого, смелого, ловкого, выбирают капитаном.

Каждая команда должна придумать себе название («Салют», «Спартак», «Динамо»). У игроков команд должна быть форма разного цвета (например, у одних – синие майки, у других - красные), чтобы не расшибиться при передаче мяча. Можно использовать и повязки разного цвета.

Перед началом игры проводится жеребьевка для выбора сторон поля и начального удара. Для этого можно использовать дощечку, окрашенную с одной стороны в красный, а с другой – в белый цвет.

Судья ставить мяч на землю. По сигналу один из игроков в команды, начавший игру, бьет по мячу, направляя его в сторону противника. Вторично он не имеет права касаться мяча, пока не коснуться мяча другие игроки.

Игроки команды соперников не должны находится близко к центральному кругу –они стоят не ближе двух шагов от линии круга.

Мяч считается забитым в ворота, если он полностью прошел линию ворот и при этом никто из игроков забившей команды не нарушил правила. Вратарь должен находиться за линией ворот, в поле, а не на территории ворот.

Игроки имеют право вести мяч только ногами. Передавая мяч друг другу, вы должны забить его в ворота соперника.

Задача игроков противоположной команды – не пропустить противника к своим воротам и не дать ему забить мяч.

* футболе только вратарь имеет право брать мяч в руки – остальные полевые игроки играют ногами.

Одна из команд забила мяч в ворота, значит, игра возобновляется игроком команды, в ворота которой был забит мяч.

Игра может длиться до 30 минут. Время игры делится на две половины, по 15 минут каждая, с 5-минутным перерывом. После перерыва команды меняются сторонами поля, а вторую половину игры будет начинать другая команда – не та, которая начинала игру.

По окончании игры поиграйте в малоподвижную игру, чтобы привести организм в более спокойное состояние.

Судья может менять игроков в течении всей игры: может заменить вратаря, уставшего или травмированного игрока. Судья может остановить игру, если игроки берут мяч в руки, толкаются, ведут себя недисциплинированно. Мяч при этом передается противоположной команде и вводится в игру с того места, где произошло нарушение.

Если игроки обеих команд совершают нарушения одновременно, судья назначает и тем, и другим штрафной удар по неподвижному мячу (с места нарушения).

Если игрок многократно нарушал правила игры, толкался, бил играющих по ногам, судья имеет право удалить его с поля, заменить другим игроком. Такое поведение в спорте называют «грубой игрой».

Играйте дружно, поддерживайте друг друга! Помните: эта игра должна приносить радость и удовлетворение.

**Беседа: Как избежать травматизма**

Подготавливая место для игры, нужно осмотреть все вокруг, чтобы ничто не мешало участникам и не могло нанести им травмы.

Чтобы избежать травматизма:

* + не играйте на проезжих дорогах. Игру проводите подальше от окон, клумб и грядок;
	+ обувь должна быть без каблуков, нетяжелой, чтобы в случае удара по ноге она не причинила боль игроку;
	+ в осеннее и весеннее время года одежда должна быть облегченной, удобной, не ограничивающей движения;
	+ учитывайте погодные условия: после дождя не стоит играть – пусть земля просохнет. Вот тогда и поиграете!

**Беседа: Как достичь положительного результата**

Футбол – игра коллективная. Успех в ней зависит от слаженности действий всей команды – эгоистам в футболе удача не сопутствует.

«Нужно… умерять всякую хвастливость, воспитывать уважение к силе противника, обращать

внимание на организованность, дисциплину в команде. Нужно, наконец, добиваться

спокойного отношения к удачам и неудачам…»

Эти слова великого педагога А.С. Макаренко как нельзя лучше отражают суть этой

великолепной и увлекательной игры:

* Играйте честно, дружно, соблюдая установленные правила.
* Никогда не сердитесь, если в игре вас нечаянно толкнули или наступили на ногу.
* Не горячитесь! Проявляйте больше выдержки и смекалки.
* Играйте смело, с инициативой, согласуя действия с товарищами.
* Помните о законе всех игр: «Один за всех, и все – за одного».
* Ставьте интересы команды выше своих – только тогда вы добьетесь положительного результата.

**Картотека подвижных игр и упражнения с элементами спортивной игры «Футбол»**

**Пояснительная записка**

Занятия спортивными играми и упражнениями направлены, прежде всего, на укрепление здоровья, улучшение общей физической подготовленности детей, удовлетворение их биологической потребности в движениях.

Занятия футболом способствует развитию ловкости, быстроты, координации движений, двигательной реакции, ориентации в пространстве. Игры с мячом развивают соответствующие навыки поведения в коллективе, воспитывают товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. Они требуют выдержки, решительности, смелости.

Обучение элементам футбола можно начинать в старшей группе детского сада. Для овладения техники действий с мячом подобраны упражнения, подвижные игры.

**Подвижная цель**

*Цель*: Передача мяч друг другу носком ноги или внешней стороной стопы. Остановка

катящегося мяча подошвой ноги

*Правила игры*:Передать мяч ногами друг другу так,чтобы не смог поймать водящий.

*Варианты*:

1. Все дети встают в круг, один (два) водящих – в центре. Дети передают друг другу мяч ногами. Водящий старается поймать (остановить) мяч, ногами у игроков. От кого пойман (остановлен) мяч, тот становится водящим.
2. Все дети делятся на несколько групп, каждая группа становится в круг, водящий – в центре. Дети передают друг другу мяч ногой, стараясь попасть в водящего. Попавший становится водящим, а ребенок, бывший водящим, встает в круг. Мячом можно ударять только в ноги водящего.

**Ведение мяча парами**

*Цель*:Ведение мяча по прямой(10м)попеременно то правой,то левой ногой.

*Игровые правила*:Игрокам предлагается вести мяч по прямой с изменение направления искоростью бега.

*Варианты:* Дети делятся по двое.У одного из них–мяч.Он ведет мяч ногой по прямой,адругой бежит рядом, без мяча меняя темп бега. Ведущий мяч должен не отставать от партнера. Через несколько минут дети меняются ролями.

1. Ведение мяча по извилистой линии.
2. Между предметами.
3. По коридору (шириной 2 метра и длиной 10 метров), постепенно уменьшая его ширину.

**Гонка мячей**

*Цель*:Произвольное ведение мяча любым способом.Остановка мяча.

*Правила игры*:Дети водят ногами мяч,не сталкиваясь друг с другом.Руки спрятаны за спину.

*Варианты:*

1. Все дети свободно располагаются на площадке, у каждого – по мячу. После сигнала все ведут мяч ногой, стараясь не сталкиваться друг с другом.
2. То же, но по первому сигналу игроки ведут мяч в быстром темпе, по следующему

сигналу – в медленном.

1. То же, добавляется третий сигнал – остановить мяч подошвой ноги

**Игра в футбол вдвоем**

*Цель*:Вратарская техника:приѐм и отбивание катящегося мяча.

*Игровые правила*:Забить гол в круг соперника,не выбегая из круга.

*Варианты:*

1. Дети становятся парами. Каждый игрок чертит вокруг себя круг диаметром 2-3 м. игроки передают мяч друг, другу отбивая его то - правой, то - левой ногой, старясь попасть мячом в круг соперника. Выигрывает ребенок, забивший большее количество мячей в круг противника.

**Забей в ворота**

*Цель*:Вратарская техника:приѐм и отбивание катящегося мяча.

*Игровые правила*:Забить как можно больше голов в ворота противника *Варианты:*

1.Несколько играющих детей (4-6) становятся на линию, отмеченную в 5 м от ворот, – это нападающие. Двое детей (3) – защитники, они располагаются между линией и воротами. Нападающие по очереди забивают в ворота три мяча. Защитники стараются поймать мячи и возвращают обратно нападающим. Затем дети меняются ролями. Выигрывает тот ребенок, который больше забивает мячей в ворота.

2.Забить мяч из разного положения и любыми частями тела.

**У кого больше мячей**

*Цель*:Отбивание мяча от пола,посылая его под сеткой.

*Игровые правила*:Как можно больше отбить мячей в сторону противника.

*Варианты:*

1. Дети образуют две разные команды. Каждый из них берет два мяча и располагается на своей половине площадки. Площадка разделена сеткой, подвешенной на уровне 40 – 50 см от земли. После сигнала воспитателя дети стараются ударом ноги так направить мяч, чтобы он, прокатившись под сеткой, остановился на противоположной стороне площадки. Выигрывает та команда, у которой после второго сигнала воспитателя находится меньше мячей, или проигрывает та команда, у которой одновременно окажется четыре мяча.
2. Отбить мяч ногой по цели, нарисованной на стене.

**Футболист**

*Цель*:отработать удары ногой по неподвижному мячу правой,левой ногой с одного,двух,трѐхшагов, с разбега.

*Игровые правила*:сделать точный удар по неподвижному мячу.

*Варианты:*

1. Дети становятся в линию или круг. В центре круга (или перед играющим) кладется мяч. По сигналу воспитателя ребенок закрывает глаза, делает поворот, идет к мячу и старается ударить по нему ногой.
2. С места (с разбега) по неподвижному мячу и попасть в предмет.
3. Удар мячом в сетку и его прием.

**Забей гол**

*Цель*:Выбивание мяча в поле противника.

*Игровые правила*:Запрещается производить удары по мячу,находящемуся междуограничительной и средней линиями поля.

*Варианты:*

1. В игре одновременно участвуют две команды. Над средней линией поля (20 х 10 м) на высоте 70 – 80 см натягивают шнур. По обеим сторонам поля в 2 мот средней линии чертятся ограничительные полосы. Каждая из команд располагается на своей половине. В игру вводится два мяча. Игроки пытаются ударом ноги так направить мяч, чтобы он вышел за пределы площадки соперников, т. е. забить гол. Однако гол засчитывается лишь в том случае, если мяч пересечет лицевую линию поля. Побеждает команда, сумевшая за условленное время забить больше голов.
2. Можно вводить в игру более 4-5 мячей одновременно.

**Смена сторон**

*Цель*:Ведение мяча ломаными линиями,толчками одной и поочередно то-правой,то-левой

ногой. *Игровые правила*: Ведение мяча на поле противника, руки за спиной. Выбивать только по мяч у противника, если свой мяч около своих ног. Зажимать мяч ногами нельзя *Варианты:*

1 . В игре одновременно участвуют две команды, в составе 7 – 10 игроков. На площадке 15- 20

* друг от друга обозначаются две параллельные черты. Каждая команда располагается за своей линией. Все дети имеют по мячу. По сигналу игроки обеих команд начинают вести мячи (ногами) к линии соперников. Как только мяч пересечет линию, игрок берет его в руки и поднимает вверх. Побеждает команда, игроки которой сумеют быстрее перебраться на сторону соперников.

2. Каждый играет сам за себя, ведет мяч на поле противника, при этом выбивает мяч противника, при этом свой не теряет.

**Футбольный слалом**

*Цель*:Вести мяч вокруг стоек.

*Игровые правила*:Ведение мяча слалом между флажками.

*Варианты:*

1. На площадке обозначается линия старта, за которой команды по 6 – 8 игроков строятся в колонны. Первые номера каждой команды имеют по мячу. Перед каждой на расстоянии 2,5 – 3

* один от другого устанавливают 6 флажков. По сигналу первые номера устремляются вперед,

обводя «змейкой» флажки, и таким же образом возвращаются назад. На линии старт – финиш игрок останавливает мяч и предает его следующему участнику и т. д. побеждает команда, быстрее закончившая игру.

2. Вести мяч между стоек и забить в ворота.

**С двумя мячами**

*Цель*:Следить за своим мячом и мячом противника.

*Игровые правила*:Ударить по своему мячу и мячу противника,чтобы мяч не выкатился изусловно обозначенного коридора.

*Варианты:*

1. В игре принимают участие пары. Они располагаются на противоположных сторонах коридора шириной 4 м на расстоянии 5 – 6 м друг от друга. Коридор можно обозначить тесьмой или флажками. Оба игрока имеют по мячу. По сигналу они одновременно направляют мяч друг другу, а затем ударом по катящемуся мячу вновь возвращают его обратно. Если мячи столкнулись или один из них вышел за переделы коридора, пара заканчивает соревнование. Побеждает пара, сумевшая дольше других без ошибок выполнить упражнение.

2. Один ребенок посылает мяч ногой, другой останавливает его той же ногой.

3. Один ребенок катит мяч руками, другой останавливает его ногами.

**Сильный удар**

*Цель*:Удар ногой по неподвижному мячу.

*Игровые правила*:Сделать удар так,чтобы мяч укатился как можно дальше.

*Варианты:*

1. На площадке обозначается линия удара, а далее – коридор шириной 10 м. играющие поочередно совершают по 3 удара левой и правой ногой, стремясь послать мяч как можно дальше. Попытка засчитывается, если мяч приземлиться в пределах коридора. Побеждает ребенок, пославший мяч дальше других (берется результат одной попытки).

2. Удары по мячу внутренней стороной стопы («щѐчкой»).

3. Удары внешней стороной стопы.

**Попади в мишень**

*Цель*:Выполнит удар по мячу с четким попаданием в мишень.

*Игровые правила*:ударить по мячу с попадание в мишень.

*Варианты:*

1. Дети поочередно с расстояния 7 – 10 м стремятся попасть в круг диаметром 1 м, обозначенный на деревянном щите или стенке. Каждый выполняет по 3 удара правой и левой ногой по неподвижному мячу. Побеждает ребенок, сумевший сделать больше точных попаданий.

2. Игру можно провести и как командную. В этом случае победительницей считается команда, игроки которой в сумме забили больше голов.

**Пингвины с мячом**

*Цель*:Игровое упражнение:перенести мяч на противоположную сторону с ударом по мячу.

*Варианты:*

1. В игре участвуют две команды, которые выстраиваются в колонны за линией старта. В 5 –
2. детей – флажки. По сигналу первые номера каждой команды, зажав между коленями мяч, устремляются к флажку (дети переваливаются с ноги на ногу, словно пингвины). Добежав до флажка, они ударом ноги направляют мяч через площадку вторым номерам, а сами становятся в конец колонны. Игра заканчивается, когда все выполнят упражнение.
3. «пингвины» выполнят перебежки и мяч снова окажется у первого номера колонны. Если ребенок потеряет мяч во время бега, нужно взять его и продолжать игру.

**Прокати мяч в ворота**

*Цель*:Прокатить мяч в ворота ударом ноги.

*Игровые правила*:Игру можно проводить,предварительно дав детям возможность

поупражняться в отбивании мяча ногой произвольно. Детям необходимо напоминать: мяч можно прокатить ногой по земле, можно ударить по нему так, что он подскочит и полетит высоко над землей. Чтобы мяч попал в ворота, надо ударить по нему так, чтобы он покатился по земле. Прокатывать мяч дети могут той ногой, какой им удобно.

*Варианты:*

1. Дети прокатывают мяч друг другу ногой по прямой между двумя флажками (кубиками). Расстояние между детьми - 3 м, между флажками -1м.

**Мяч под планкой**

*Цель*:Прокатить мяч под планкой ударом ноги.

*Игровые правила*:Начинать игру можно с двумя детьми.Они прокатывают мячи друг другу сменьшего расстояния. Затем можно увеличивать расстояние и количество участников игры. Воспитатель подсказывает детям, как надо ударять по мячу, чтобы он катился по земле.

*Варианты:*

1. На игровой площадке на стойках на высоте 0,4-0,5 м устанавливается планка (или натягивается шнур); на расстоянии 3-6 м от нее, по обе стороны, проводятся линии. Дети (по двое- трое) становятся на линии друг напротив друга. У детей, стоящих с одной стороны, - мячи. Они посылают их ударом ноги на другую сторону так, чтобы мяч прокатился под планкой. Стоящие по другую сторону от планки останавливают мячи и направляют их ногой обратно.
2. Перебрасывать мяч ногой через планку. Детям надо подсказать: в этом случае мяч, чтобы он полетел вверх, через планку, подбивается снизу. Высоту планки над землей следует увеличивать постепенно: сначала на 0,2-0,3 м, затем на 0,4-0,5 м и более.

**Передачи мяча ногами**

Игроки делятся на две команды (по 5-6 человек), каждая выстраивается по кругу на расстоянии вытянутых рук или шире. Получается 2 круга. Игроки в кругах рассчитываются по порядку номеров. Первые номера становятся в середину своих кругов и кладут перед собой мяч. Стоящие по кругу могут отметить свои места чѐрточками или кружочками. По общему сигналу стоящие в центре игроки передают ногой мяч вторым номерам, получают его обратно и передают третьим. Получив от них пас, передают мяч четвѐртым номерам и т.д. Правила запрещают пропускать кого-либо из игроков, стоящих в кругу. Мяч можно передавать с обязательной остановкой его стопой или же с ходу без остановки, что быстрее, хотя и сложнее. Это оговаривается заранее.

**Передача мяча головой**

Построение как и в первой игре, но перед началом мяч находится не у центрального, а у второго номера, стоящего в кругу. По сигналу он выбрасывает мяч руками центральному игроку (первому номеру), а тот отбивает мяч головой в руки третьему номеру, который снова выбрасывает его центральному. Затем мяч отбивается головой четвѐртому, пятому и т.д. Каждый игрок должен побывать в середине круга и потренироваться в точных (пусть и недалѐких) передачах мяча. Важно, чтобы величина кругов была одинаковой, а мяч, упавший на землю, был подобран игроком и с места падения послан по назначению.

**Выбей мяч из круга**

Играющие становятся в круг на расстоянии вытянутых рук. Водящий выходит с мячом в середину круга, кладѐт мяч на землю и по сигналу старается выбить его ногой из круга, но так, чтобы он не пролетел выше коленей игроков. Стоящие по кругу задерживают мяч ногами и не дают ему вылететь из круга. Задержанный мяч игроки могут предавать ногами между собой, не давая его водящему. Если, находящемуся в середине, не удаѐтся выбить мяч из круга, то на его место идѐт игрок, пропустивший мяч с правой стороны от себя. Каждый игрок старается защитить промежуток между собой и соседом справа. Игрокам не разрешается задерживать мяч руками. Мяч, пролетевший высоко над кругом, возвращается водящему. Победителем считается тот, кто ни разу не был водящим или водил меньше всех.

**Забей гол**

Расположение игроков такое же, как и в предыдущих играх. В середине круга находится баскетбольный мяч. Выбирается водящий, задача которого, находясь в круге, не дать остальным игрокам сбить футбольным мячом баскетбольный. Все передают мяч друг другу и бьют по цели только ногой, а водящий выполняет роль вратаря. Ему разрешается отбивать мяч ногами, головой, туловищем и руками. Он покидает середину круга тогда, когда баскетбольный мяч будет сбит. Новым вратарѐм становится тот, кто метким ударом ноги поразил цель.

**Передай пас**

Каждая команда делится на две группы, которые выстраиваются напротив друг друга. Игрок ногой передаѐт мяч через площадку партнѐру. Тот, кому адресован мяч, останавливает его и посылает мяч следующему игроку. Последний, получив пас, берѐт мяч в руки. Отрабатывая технику вбрасывания мяча из аута и приѐма мяча, игру приводят следующим образом. Мяч бросают стоящему напротив двумя руками из-за головы, а тот останавливает его ногой или головой, после чего берѐт мяч в руки и делает бросок следующему игроку с противоположной стороны.

**Точно в цель**

Игроки обеих команд располагаются в затылок друг другу в 8-10м от стены, где начерчены два круга радиусом 70см. Круги расположены на расстоянии 1м от пола. По сигналу первые номера в командах делают удар по мячу сначала правой, а затем левой ногой, стараясь попасть в круг. В случае неудачи удары повторяются, пока цель не будет поражена (попадание в линию круга не засчитывается). Лишь после этого мяч переходит ко второму игроку и т.д. Выигрывает команда, игроки которой быстрее поразят цель обеими ногами. Можно увеличить размеры мишени и разметить еѐ концентрическими кругами (120см, 80см, 40см). Тогда команды набирают очки в зависимости от точности попадания в цель.

**Передача мячей по кругу**

* центре площадки очерчивают круг диаметром 12-16м. Игроки становятся по кругу и рассчитываются на первый-второй. Каждая команда получает по мячу, которые находятся у игроков, стоящих рядом друг с другом. По звуковому сигналу каждая команда начинает как можно быстрее передавать мяч по кругу: первые номера – по часовой стрелке, вторые – против, пытаясь обогнать другую команду. Победителем становится команда, которой удаѐтся первой закончить передачу мячей. Мяч должен передаваться в строгой последовательности, игрокам не разрешается ловить мяч другой команды или затруднять передачу мяча.

**Светофор**

Игроки ведут мяч по залу, как и куда они хотят; по команде преподавателя «зелѐный свет» – только в указанном направлении, по команде «красный свет» игроки останавливают мяч. Можно применять зрительные сигналы в виде красных и зелѐных кружочков.

**Топ-танец**

По команде игроки чередуют касания мяча подошвой обеих ног попеременно. Когда они уловят ритм движений, следует команда «поворот», игроки поворачиваются кругом, удерживая ногу на мяче.

**Стрельба по мишени**

Между двумя игроками ставится мяч. Задача игроков пробить по другому мячу так, чтобы сбить мяч в центре. Оценивается количество попаданий.

**Охота на индюков**

По периметру площадки ставится, как можно больше кегель – «индюков». Задача учащихся – отправиться на охоту за индюками. Сбитые кегли – «индюки» ставятся обратно. Учитывается количество добытых «птиц» каждым «охотником».

**Пробеги с мячом**

*Задачи*.Научить передвижению с мячом.Развить быстроту передвижений.

*Описание игры*.Каждый играющий получает мяч и становится с ним на одной стороне площадки. По сигналу воспитателя все дружно устремляются вперед и, отбивая мяч ногами, перебегают через площадку. Стараться при этом не отпускать мяч от себя далеко. *Варианты*.Передвижение с мячом,оббегая по восьмерке лежащие на полу предметы.

*Методические указания*.Побеждает тот,кто быстрее выполнит задание.

**Сумей выбить мяч**

*Задачи*.Научить наносить удары по мячу.Научить защитным действиям.

*Описание игры*.Дети становятся в круг,в центре–водящий с мячом.Его задача выбить мяч изкруга ногами, остальные ребята мешают ему это сделать.

*Варианты*.Варьировать расстояние между играющими и диаметром круга.

*Методические указания*.Брать мяч в руки не разрешается,его можно отбивать тольконогами. Тот, кто пропустит мяч, становится водящим.

**В парах**

*Задачи*.Научить наносить удары по мячу разными способами и принимать его.Привить навыкигрупповых действий.

*Описание игры*.Дети становятся парами и перекатывают мяч друг другу.Побеждает пара,лучше всех выполняющая задание.

*Варианты*.Отбивать мяч то правой,то левой ногой.

*Методические указания*.Постепенно удаляются детей друг от друга(до5м).

**Мяч в кругу**

*Задачи*.Научить наносить удары по мячу разными способами и принимать его.

*Описание игры*.Небольшая группа располагается по кругу,в середину круга входит водящий смячом. Ударяя несильно ногой по мячу, водящий по очереди прокатывает его к игрокам, стоящим по кругу. Каждый из них ногой задерживает и возвращает ему мяч. *Варианты*.Варьировать расстояние между играющими.

*Методические указания*.Проигрывает тот,кто пропустил мяч.

**Задержи мяч**

*Задачи*.Научить выполнять функции защитников и нападающих в футболе.

*Описание игры*.По кругу становятся нападающие,внутри круга–защитник.Если круг большой

* в игре участвует много играющих, то могут быть 2-3 защитника. Нападающие быстро отбивают ногой друг другу мяч так, чтобы он катился по земле, а защитники стараются задержать его.

*Методические указания*.Если кому-нибудь из защитников это удается сделать,то он меняетсяместами с тем нападающим, который отбивал мяч последним.

**Закати мяч в лунку**

*Задачи*.Научить ударам по мячу на точность.

*Описание игры*.Играющие с мячами становятся полукругом,через два шага друг от друга.Впереди них на расстоянии 3 ямка-лунка. Ударяя ногой по мячу, надо прокатить его так, чтобы он закатился в лунку.

*Варианты*.Увеличивать расстояние до лунки до5м.

*Методические указания*.Кто попадет в лунку с первого раза,тот и победил.

**Забей в ворота**

*Задачи*.Научить ударам по воротам разными способами.

*Описание игры*.Флажками на шестах или другими метками обозначаются ворота(1-1,2м), 3-4играющих становятся в 5 м от линии ворот, а двое располагаются за ней. По очереди каждый из стоящих перед линией ворот забивает в ворота 3 мяча. Находящиеся за линией ворот подбирают мячи и передают их следующему.

*Варианты*.Проводить игру,разделив детей на команды.

*Методические указания*.Игра повторяется несколько раз,дети по очереди то забивают,тозадерживают мячи.

**Вратарь**

*Задачи*.Научить действиям вратаря.Научить ударам по воротам разными способами.

*Описание игры*.Условия игры те же,но один из играющих становится на линии ворот изащищает их. Вратарю разрешается задерживать мяч не только ногой, но и руками. Меняясь местами, все играющие по очереди выполняют роль вратаря.

*Варианты*.Наносить удары правой и левой ногой разными способами.

*Методические указания*.Тот, кто задержит большее количество мячей, — самый ловкийвратарь.

**Научись владеть мячом**

*Описание игры*.

1. Подпрыгивая на одной ноге, подошвой другой катать мяч вперед, назад, в стороны.
2. Проделывать то же, но поворачиваясь влево, вправо и кругом.
3. Жонглировать мячом, подбивая его подъемом ноги.

4) Попробовать подбивать мяч бедром (нога согнута, сначала мяч подкидывается руками).

*Варианты*.Упражняться в этих действиях многократно.

*Методические указания*.Разделить детей на команды и провести соревнование.